

# 地方 共済

Spring 2018

295

<http://www.chikyosai.or.jp/>



## 2 | 平成30年度 事業計画及び予算

～40歳から65歳未満の組合員のみなさまへ～

## 4 | 平成30年4月分から 介護納付金の掛金率が変わります

年金払い退職給付に係る  
財政状況 (平成28年度末) について

## 5 | 平成30年4月から 入院時食事療養費・入院時生活療養費が 変わりました

## 6 | 特定健診・特定保健指導を受けましょう (特定健康診査等実施計画 (第三期) について)

## 7 | データヘルス計画 (第二期) について

## 8 | 組合員貸付金制度について

## 9 | 老齢厚生年金の支給開始年齢の 引上げについて

## 10 | ジェネリック医薬品について

## 11 | 地共済年金情報 web サイトの 登録はお済みですか？

12 地方共済クリニック  
アスリートも注目 ヨガの効果!

14 「旅の宿」 からご案内  
エスポワールいわて (岩手県盛岡市)  
杉妻会館 (福島県福島市)  
サンヒルズ三河湾 (愛知県蒲郡市)  
鯉城会館 (広島県広島市)

18 知って納得 情報掲示板  
「図書館」 加納大尉夫人 / オンパコのトク  
「郷土のお菓子」 広島銘菓 もみじ饅頭  
「表紙の写真」 熊本県 彦一こま

19 Q&A  
「病気休職中にもらえる給付金がありますか？」

20 ひろば・本部だより・編集後記

# 平成 30 年度 事業計画及び予算

地方職員共済組合では、組合員の皆様からの掛金などを財源に、医療給付、年金給付、福祉事業を行っています。今号では、平成 30 年 3 月に運営審議会で承認された平成 30 年度の各事業の計画及び予算を説明します。

組合員数は、平成 30 年度においても前年度に比べ 0.9%の増加が見込まれます。  
しかしながら、依然として、各事業において厳しい財政状況が続くものと見込まれます。

年度末組合員数の推移



## 短期給付事業

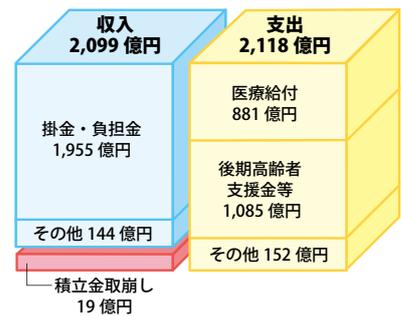
組合員とその被扶養者の方の病気や負傷等のための医療給付、高齢者医療制度への納付金等の拠出を行っています。  
また、40歳以上の方の介護保険制度の掛金の徴収、納付金の納付を行っています。

短期給付事業は、平成 29 年 4 月から 3 年間、短期給付財源率を 1%（掛金率 0.5%、負担金率 0.5%）引き下げることにしたところです。なお、医療給付や高齢者医療制度への支援金等については、引き続き増加が見込まれますことから、数年先の状況を見据えて運営していくことが重要となっています。

今後とも、適切な健康管理の推進、適正受診に関する普及活動、ジェネリック医薬品の使用促進（目標値：平成 32 年 9 月までに 80%）などの取組を通じて、医療費の適正化に努めることとしています。

◆掛金率 短期分 4.318%  
(注1) 介護分 0.675%

平成 30 年度の収支見込み



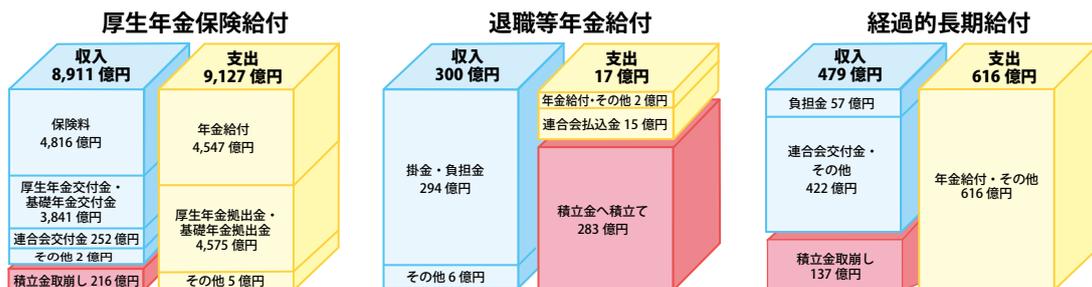
## 長期給付事業

道府県を退職された方やそのご遺族の方などに年金給付を行っています。

保険料等を負担する組合員数（約 30 万人）を年金受給者数（約 35 万人）が上回っている状況にあり、厚生年金保険給付事業、経過的長期給付事業にあっては、過去の積立金が減少していることから、平成 30 年度からは、厚生年金保険給付事業及び経過的長期給付事業について、拠出金等の財源として地方公務員共済組合連合会から交付金<sup>(注2)</sup>を受けるとしてあります。ただし、年金の給付には支障はありません。

また、年金の決定・支給にあたっては、適正かつ迅速な事務処理を図り、適切な情報提供に努めることとしてあります。

平成30年度の収支見込み



◆組合員保険料率及び掛金率 厚生年金保険 8.993%（平成 30 年 9 月～ 9.150%）  
(注1) 退職等年金 0.75%

# 福祉事業

組合員の皆様の福祉の増進のため、各道府県支部ごとに保健、貸付、宿泊、医療、物資、貯金の各事業を行っています。

## 【保健事業】 全支部で実施

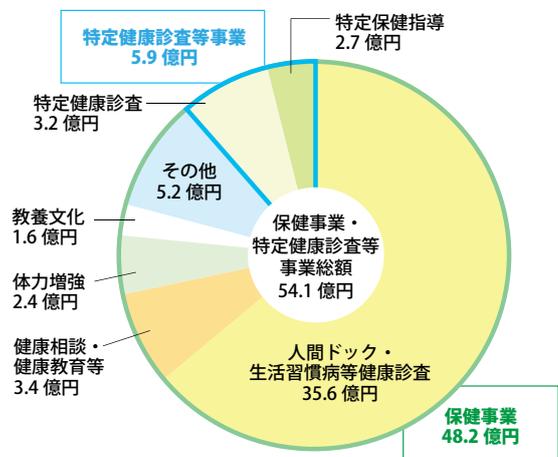
組合員とその被扶養者の方の健康の保持増進のための事業（人間ドック、がん検診などの生活習慣病等健康診査等）を中心にしています。

また、40歳以上の組合員等の方を対象にメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した特定健康診査・特定保健指導を行っています。

組合員等の健康の保持増進のための事業を重点的に行っていくほか、特定健康診査は85%、特定保健指導は35%を目標とし、受診率等の向上に努めることとしています。

◆掛金率 福祉事業 0.118%  
(注1)

平成30年度の事業内訳



## 【貸付事業】 全支部で実施

組合員の住宅の取得や冠婚葬祭費用等、臨時の支出に対する貸付けを行っています。

皆様の需要に的確に対応するよう努めることとしています。

平成30年度末 組合員貸付金の見込み 24,095件 513億円

## 【宿泊事業】 19支部 22施設で実施

組合員や年金受給者の方々に宿泊、婚礼、宴会など積極的に利用していただけるよう、サービスの向上に努めるとともに、経営改善に取り組むこととしています。

平成30年度 宿泊利用者数の見込み 32万9千人



## 【医療事業】 21施設で実施

診療所（21施設）の経営を行っています。

利用状況を考慮しながら、経営の健全化に努めることとしています。

平成30年度 患者収入の見込み 14億円

## 【物資事業】 7支部で実施

売店や食堂の経営を行っています。

組合員の需要を的確に把握し、効率化を図って健全な運営に努めることとしています。

平成30年度 商品売上げ等の見込み 22億円

## 【貯金事業】 5支部で実施

組合員の貯金の受入れとその運用を行っています。

現下の金融経済情勢の動向を十分に考慮し、安全かつ効率的な資産運用を図ることとしています。

平成30年度末 組合員貯金の見込み 30,496件 1,328億円

(注1) 標準報酬の月額及び標準期末手当等の額に対する割合です。

(注2) 地方公務員共済年金制度においては、組合間において年金財政の状況に差異のある中で、それぞれの各組合で資金不足が生じないよう、地方公務員共済組合連合会が必要な資金を交付する制度が設けられています。

事業計画及び予算の詳細については、地方職員共済組合のホームページ (<http://www.chikyosai.or.jp>) をご覧ください。

～40歳から65歳未満の組合員のみなさまへ～

## 平成30年4月分から 介護納付金の掛金率が変わります

40歳以上65歳未満の組合員のみなさまは、介護保険料として、介護掛金を共済組合に納めています。共済組合は、納めていただいた掛金を、事業主の道府県からの負担金と合わせ、介護納付金として社会保険診療報酬支払基金に納付しています。この介護納付金は、同基金を通じて、全国の市町村に交付され、介護保険のサービス費用等に充てられています。

平成30年度の介護納付金の見込み額に基づき、平成30年4月以降の掛金率につきましては、下表のとおりとなります。40歳以上65歳未満の組合員のみなさまにおかれましては、ご理解とご協力をお願いいたします。

### 平成30年4月分からの掛金率

(単位：千分率)

区 分	現 行	平成30年4月～	引上げ幅	
一般組合員（特別職等を含む）、知事組合員、船員一般組合員	標準報酬の月額	6.37	6.75	0.38
	標準期末手当等	6.37	6.75	0.38
任意継続組合員	標準報酬の月額	12.74	13.50	0.76

※ 道府県の負担金率についても引き上げられます。

## 年金払い退職給付に係る 財政状況(平成28年度末)について

### ●年金払い退職給付制度の財政検証について

年金払い退職給付の年金財政方式は、将来の給付に要する費用を事前に積み立てておき、積み立てた資金から年金を支給する方式となっています。

この積立状況を把握するための作業を財政検証といい、年金払い退職給付制度においては、国共済と地共済を合算した年金財政上の剰余や不足の状況を毎年確認することとなっています。

### ●詳細について

平成28年度末の財政検証結果の詳細については、地方公務員共済組合連合会のホームページでご覧いただけます。(平成30年4月上旬公開予定)

地方公務員共済組合連合会ホームページ  
<http://www.chikyoren.or.jp>  
 または  
 地方公務員共済組合連合会

※トップページの「年金関連情報」中の「年金払い退職給付制度」でご覧いただけます。



# 平成30年4月から 入院時食事療養費・入院時生活療養費が変わりました

## 1 入院時食事療養費

- ① 入院時食事療養費は、組合員が公務によらない病気又は負傷により、保険医療機関等から療養の給付と併せて食事療養を受けたときに、その食事療養に要した費用について支給されるものです。
- ② 平成30年4月から、食事療養標準負担額（自己負担額）について、下記Aの区分が引き上げられます。

	対象者の分類	1食の食事療養標準負担額	
		～平成30年3月31日	平成30年4月1日～
A	B、C、D、E以外の者	360円	460円
B	C、D、E以外の指定難病患者	260円	260円
C	住民税非課税世帯の者	210円	210円
D	住民税非課税世帯の者で過去1年間の入院日数が90日を超えている場合	160円	160円
E	住民税非課税世帯に属し、かつ所得が一定基準に満たない70歳以上の高齢受給者	100円	100円

## 2 入院時生活療養費

- ① 入院時生活療養費は、65歳以上の組合員が公務によらない病気又は負傷により、保険医療機関等から療養の給付と併せて生活療養を受けたときに、その生活療養に要した費用について支給されるものです。
- ② 平成30年4月から、生活療養標準負担額（自己負担額）のうち居住費に係る負担額について、下記Bの区分が引き上げられます。

	対象者の分類	生活療養標準負担額のうち居住費に係る部分の1日の負担額	
		～平成30年3月31日	平成30年4月1日～
A	B、C以外の者	370円	370円
B	厚生労働大臣の定める者（指定難病患者を除く）	200円	370円
C	指定難病患者	0円	0円



# 特定健診・特定保健指導を受けましょう (特定健康診査等実施計画(第三期)について)

## 1 特定健康診査及び特定保健指導を必ず受けましょう

平成 29 年度分の特定健康診査・特定保健指導の実施状況の見込みは、次の表のとおりです。特定健康診査・特定保健指導の具体的な実施については、各道府県支部から、お知らせしておりますので、生活習慣病の予防・改善のために、毎年必ず特定健康診査を受診しましょう。また、特定健康診査の結果により、特定保健指導の対象となった場合は、必ず受けるようにしましょう。

### ● 特定健康診査の受診率（平成 25 年度～平成 29 年度）

受診率	平成 25 年度	平成 26 年度	平成 27 年度	平成 28 年度	平成 29 年度
組合の目標値	82.0%	84.0%	86.0%	88.0%	90.0%
実績値	81.0%	81.8%	82.6%	83.8%	83.8%

### ● 特定保健指導の実施率（平成 25 年度～平成 29 年度）

受診率	平成 25 年度	平成 26 年度	平成 27 年度	平成 28 年度	平成 29 年度
組合の目標値	24.0%	28.0%	32.0%	36.0%	40.0%
実績値	25.9%	24.4%	26.5%	26.0%	33.4%

※平成 29 年度の実績値は決算見込の値であり、実績が確定するのは、平成 30 年 10 月末です。

## 2 被扶養者の方の健康診断の結果の提出をお願いします

40 歳以上の被扶養者の方につきましては、自治体やパートアルバイト先で実施された健康診断（特定健康診査）を受けられた場合は、結果を受取り次第、結果のコピーを支部に提出するようにお願いします。これは、高齢者の医療の確保に関する法律第 20 条で、医療保険者である共済組合から、被扶養者の方の健診結果を国に報告することが義務付けられているためです。

## 3 特定健康診査等実施計画とは

当組合は、高齢者の医療の確保に関する法律により、医療保険者として、組合員・被扶養者の皆様に、特定健康診査及び特定保健指導を実施しており、同法により、特定健康診査等の実施方法に関する基本的な事項についての実施計画（平成 30 年度から平成 35 年度まで）を定め、ホームページ等で公表します。

## 4 計画における特定健康診査の目標値

平成 35 年度において、国が定める目標値の 90.0%を達成する計画となっています。

受診率目標	平成 30 年度	平成 31 年度	平成 32 年度	平成 33 年度	平成 34 年度	平成 35 年度
組合の目標値	85.0%	86.0%	87.0%	88.0%	89.0%	90.0%
支部計	85.1%	85.8%	86.9%	88.0%	89.1%	90.1%

## 5 計画における特定保健指導の目標値

平成 35 年度において、国が定める目標値の 45.0%を達成する計画となっています。

受診率目標	平成 30 年度	平成 31 年度	平成 32 年度	平成 33 年度	平成 34 年度	平成 35 年度
組合の目標値	35.0%	36.0%	38.0%	41.0%	44.0%	45.0%
支部計	35.0%	36.1%	38.8%	41.4%	44.0%	46.6%

# データヘルス計画（第二期）について

## 1 データヘルス計画とは

当組合は、医療保険者として、組合員・被扶養者の皆様に対して、様々な保健事業を実施しており、「日本再興戦略」（閣議決定）等により、医療保険者によるレセプト等のデータを活用して、その結果に基づき、加入者の健康保持増進のための効果的・効率的な保健事業の実施計画（平成 30 年度から平成 35 年度まで）を定め、ホームページ等で公表します。

## 2 疾病分類別の医療費の状況等について

対策を講ずるべき疾病を的確に把握するため、疾病を次のとおりタイプ1からタイプ4までの4つに分類して分析を行いました。

		対策の性質	
		事前 (予防)	事後 (治療)
健診・検診によるリスク者の特定 できる	タイプ1 生活習慣病 (糖尿病・高血圧など) 医療費 12,140百万円	タイプ2 悪性新生物 (がん) 医療費 4,662百万円	① <b>タイプ1</b> 健康状態を確認する「健診」でリスク者の特定が可能で、保健事業により事前の予防が可能な疾病。 ② <b>タイプ2</b> 特定の病気を確認する「検診」でリスク者の特定が可能です。保健事業により事前の予防が難しい疾病。 ③ <b>タイプ3</b> 健診・検診でのリスク者の特定が難しいものの、発生している年代や性別、季節、所属などを確認し、それに応じた予防を全体に講じることが可能な疾病。 ④ <b>タイプ4</b> 健診・検診によるリスク者の特定が難しく、保健事業により事前の予防も難しい疾病。
	できない	タイプ3 歯・精神・ 季節性の疾病 医療費 20,522百万円	

## 3 支部が行う保健事業の設定

第二期計画では、学識経験者の意見を踏まえ、全支部共通に疾病に対する効果的・効率的な保健事業のメニューを設定し、各支部が選定できるようにしており、選定に当たっては、後期高齢者支援金の減算評価を踏まえ階層化し、重点化を図っています。

## 4 計画の評価と見直し

計画期間において、毎年度、保健事業ごとに評価・見直しを行うとともに、計画については、3年目で中間評価・見直し、6年目で最終評価・見直しを行います。このため、保健事業の評価・見直しについては、同一の保健事業を実施している支部ごとに、事業結果を本部で集約化し、支部間で比較を行うことで各支部の事業評価及び見直しを支援します。

## 5 個別性の高い情報提供のサイトへのアクセスをお願いします

皆様の健康診断や人間ドックなどの結果の値から、健康を維持していく上で必要な取組等の「個人別」の情報提供を受けることができる健康状況サイト（**QUPIO(クピオ)**）の運用を始めておりますので、サイトへのアクセスをお願いいたします。

<http://www.chikyosai.or.jp/division/welfare/datahealthplan/qupio/>

## 組合員貸付金制度について

地方職員共済組合の貸付事業は、自動車の購入、マイホームの取得、罹災後の復旧、医療、教育、冠婚葬祭等による臨時の支出に対応するために、必要な資金を貸し付ける事業です。

当組合の貸付けは、借入時の連帯保証人・保証料・抵当権設定が不要であり、また、返済時の繰上返済（一部・全部）手数料も不要となっています。

返済については毎月の給与から控除することとしており、元金に係る利率は年 1.26%となっています。

### 貸付の種類等

貸付種類	貸付事由	対象者	貸付限度額	最高限度額	貸付利率
普通貸付	自動車、家電製品の購入など	全組合員	給料月額×6	200万円	年 1.26%
住宅貸付	組合員が住むための住宅の取得、増改築、修理費用など	1年以上の組合員期間がある組合員	給料月額×組合員期間に応じた月数 (最低保障額あり)	1,800万円	
特別貸付	入学貸付	全組合員	給料月額×6	200万円	
	修学貸付		月額15万円×年次の残月数	修学年限1年につき180万円	
	医療貸付		入院、療養又は治療に要する費用	100万円	
	結婚貸付		結婚に要する費用	給料月額×6	
	葬祭貸付		葬祭に要する費用		

※1 このほか、災害貸付及び在宅介護対応住宅貸付があります。

※2 貸付可能額は、貸付限度額又は最高限度額の低い方の金額のうち必要額となります。

貸付けをご希望の方は、各支部の貸付担当者にご相談ください。

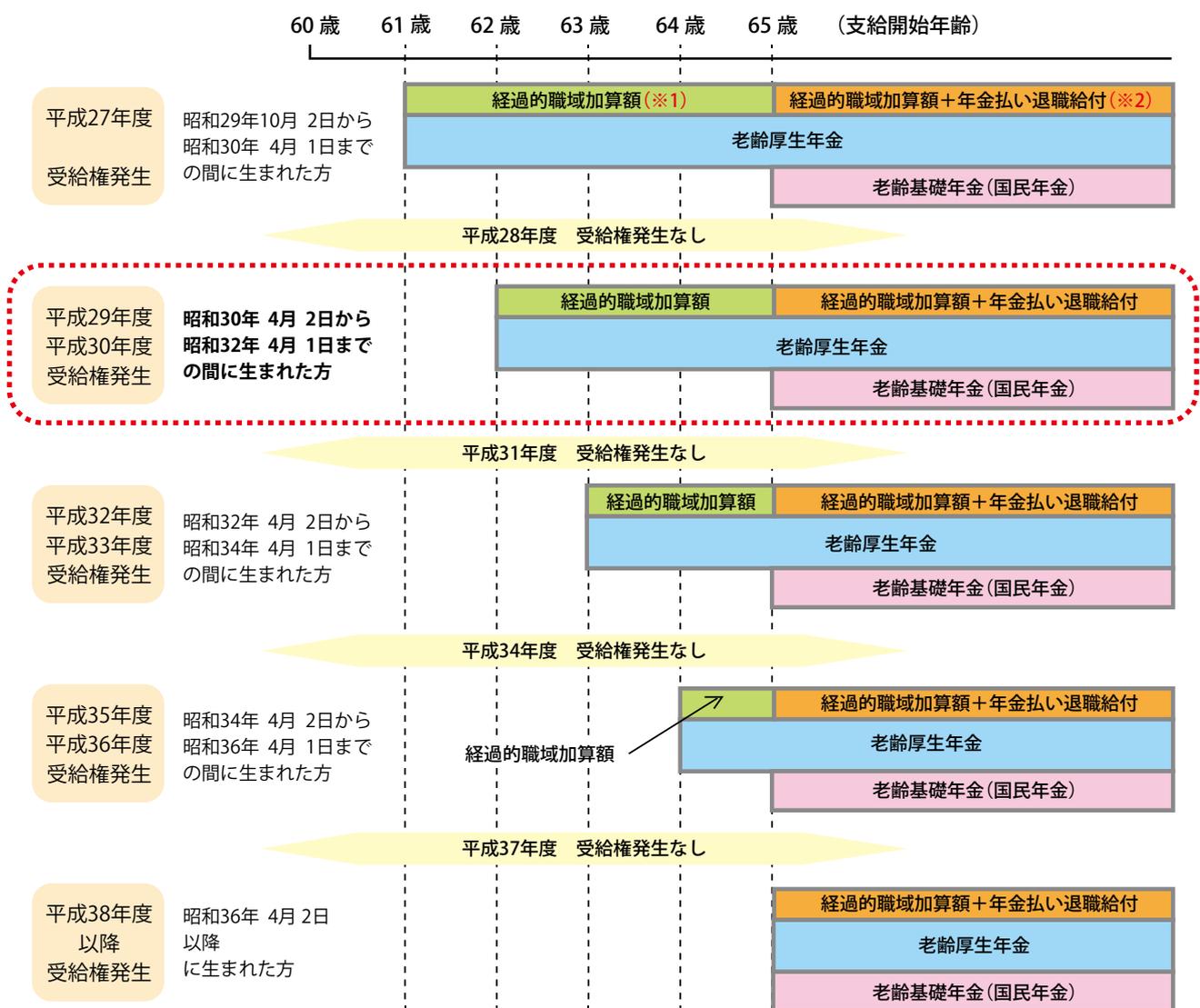
# 老齢厚生年金の支給開始年齢の引上げについて

老齢厚生年金は、本来65歳から支給されるものですが、経過措置として下図のとおり65歳未満であっても特別支給の老齢厚生年金が支給されます。

昭和28年4月2日以降生まれの方については、段階的に支給開始年齢が引き上げられ、昭和36年4月2日生まれ以降の方には、特別支給の老齢厚生年金は発生しません。

つきましては、ご自身の生年月日により支給開始年齢をご確認ください。支給開始年齢になられる概ね3か月前に請求書が送付されますが、詳細については、支部の担当者にご相談ください。

## 支給開始年齢と受給権発生年度



※1 経過的職域加算額：平成27年9月までの組合員期間分の職域年金相当部分に相当する年金で、支給開始年齢は老齢厚生年金と同様です。

※2 年金払い退職給付：平成27年10月以降の組合員期間を算定基礎とする年金です。民間の企業年金に相当する年金で、支給は原則65歳からです。

# ジェネリック医薬品について

後発医薬品（ジェネリック医薬品）は、先発医薬品と治療学的に同等であるものとして製造販売が承認され、一般的に研究開発に要する費用が低く抑えられることから、先発医薬品に比べて薬価が安くなっています。後発医薬品を普及させることは、患者負担の軽減や医療保険財政の改善に資するものです。

このため、厚生労働省では平成 25 年 4 月に「後発医薬品のさらなる使用促進のためのロードマップ」を策定し取組を進めてきました。また、平成 27 年 6 月の閣議決定において、平成 29 年中頃に 70%以上とするとともに、平成 30 年度から平成 32 年度末までの間のなるべく早い時期に 80%以上とする、目標が定められました。さらに、平成 29 年 6 月の閣議決定において、平成 32 年 9 月までに 80%とし、できる限り早期に達成できるよう、更なる使用促進策を検討することと新たに目標が定められました。

当組合としては、毎年 7 月にジェネリック差額通知を一部の組合員等を実施しておりますが、差額通知の対象となっていない組合員等の皆様におかれましても、ジェネリック医薬品を希望される場合は、医師・薬剤師にご相談ください。

また、平成 30 年 2 月に送付いたしました医療費のお知らせに同封したジェネリックシールをご活用ください。

## 〈 組合員及び被扶養者のジェネリック医薬品数量割合(金額ベース) 〉

支 部 名	平成 29 年 1 月 診療分	平成 29 年 2 月 診療分	平成 29 年 3 月 診療分	平成 29 年 4 月 診療分	平成 29 年 5 月 診療分	平成 29 年 6 月 診療分	平成 29 年 7 月 診療分	平成 29 年 8 月 診療分	平成 29 年 9 月 診療分	平成 29 年 10 月 診療分	平成 29 年 11 月 診療分	平成 29 年 12 月 診療分
1 北海道	71.4%	71.4%	71.2%	71.6%	71.6%	71.7%	71.8%	72.7%	73.3%	71.9%	72.1%	73.6%
2 青森県	70.2%	70.2%	68.8%	69.7%	69.1%	68.9%	68.8%	69.1%	71.3%	68.9%	69.0%	70.8%
3 岩手県	75.7%	76.7%	76.6%	76.6%	76.8%	78.0%	76.3%	78.3%	78.7%	76.6%	76.6%	78.7%
4 宮城県	72.7%	71.8%	70.2%	72.3%	71.8%	71.7%	71.3%	73.0%	73.1%	72.5%	72.5%	74.6%
5 秋田県	69.7%	69.5%	69.3%	68.2%	69.9%	68.6%	69.8%	70.1%	70.5%	69.7%	71.1%	70.9%
6 山形県	70.9%	74.2%	72.5%	73.2%	70.7%	73.6%	71.3%	73.0%	73.1%	72.7%	72.1%	74.0%
7 福島県	71.7%	72.1%	71.3%	71.7%	73.4%	72.1%	73.7%	73.2%	74.5%	72.8%	73.5%	74.2%
8 茨城県	68.5%	68.5%	67.8%	67.6%	67.4%	67.7%	67.9%	69.8%	69.5%	68.9%	67.9%	70.3%
9 栃木県	68.2%	69.2%	67.1%	68.6%	68.0%	66.9%	69.0%	68.4%	69.8%	68.4%	69.0%	69.7%
10 群馬県	70.8%	71.3%	67.2%	69.8%	65.9%	70.0%	68.5%	71.4%	70.1%	71.5%	71.2%	72.5%
11 埼玉県	68.9%	69.0%	67.3%	68.0%	69.3%	67.6%	69.3%	69.9%	69.0%	69.4%	69.5%	70.4%
12 千葉県	70.2%	68.8%	68.0%	68.1%	67.4%	68.7%	69.4%	67.1%	69.0%	66.9%	68.5%	69.9%
13 神奈川県	65.4%	65.2%	65.5%	65.0%	66.7%	63.4%	65.7%	64.8%	65.6%	65.5%	66.6%	67.3%
14 新潟県	69.9%	71.2%	70.3%	69.9%	70.7%	70.7%	72.3%	70.9%	72.5%	71.3%	72.8%	72.6%
15 富山県	72.2%	70.8%	71.2%	73.4%	71.6%	71.5%	71.9%	74.6%	74.1%	72.8%	73.7%	75.0%
16 石川県	68.6%	70.6%	68.6%	70.7%	69.2%	70.8%	70.3%	69.9%	72.6%	68.6%	69.7%	69.2%
17 福井県	69.6%	70.4%	72.7%	69.9%	69.4%	70.5%	69.6%	70.3%	71.9%	72.2%	73.3%	74.5%
18 山梨県	59.9%	61.8%	59.6%	59.7%	59.6%	61.9%	60.3%	63.6%	60.1%	61.8%	62.5%	62.8%
19 長野県	73.8%	72.6%	71.9%	74.5%	73.5%	73.1%	72.9%	74.3%	73.8%	72.8%	74.6%	74.6%
20 岐阜県	67.6%	67.4%	67.0%	67.4%	67.3%	68.5%	66.7%	67.3%	69.2%	66.6%	69.4%	70.4%
21 静岡県	70.8%	70.3%	71.1%	70.3%	70.0%	70.0%	70.7%	70.4%	71.6%	70.7%	71.3%	72.1%
22 愛知県	68.9%	68.7%	67.3%	67.8%	67.1%	67.8%	68.3%	69.3%	68.0%	68.9%	68.9%	70.0%
23 三重県	66.2%	65.5%	64.0%	65.0%	63.8%	63.0%	64.1%	63.6%	63.8%	63.8%	64.9%	65.4%
24 滋賀県	70.2%	69.0%	68.6%	70.0%	66.2%	68.8%	68.4%	68.7%	67.5%	69.1%	69.3%	71.5%
25 京都府	68.0%	67.1%	67.2%	66.1%	68.9%	65.7%	68.5%	67.7%	68.3%	68.1%	68.7%	69.6%
26 大阪府	64.5%	64.3%	63.3%	62.6%	63.9%	64.5%	64.4%	64.1%	65.1%	65.1%	65.7%	67.2%
27 兵庫県	68.0%	69.2%	68.4%	68.6%	68.7%	68.8%	68.1%	69.2%	68.2%	66.8%	69.4%	69.6%
28 奈良県	68.2%	69.0%	69.1%	68.6%	68.9%	68.3%	67.5%	67.7%	71.7%	68.9%	68.9%	70.2%
29 和歌山県	67.2%	66.2%	67.4%	66.2%	66.2%	64.2%	67.1%	66.0%	68.6%	67.8%	69.2%	71.6%
30 鳥取県	67.5%	70.6%	69.1%	70.8%	71.8%	71.5%	71.2%	69.4%	71.5%	70.8%	72.4%	72.8%
31 島根県	69.6%	72.8%	68.4%	69.4%	69.3%	68.0%	68.3%	68.9%	70.0%	68.9%	71.6%	70.1%
32 岡山県	68.9%	69.0%	71.4%	70.4%	69.5%	70.9%	69.7%	70.8%	73.4%	68.9%	72.1%	72.6%
33 広島県	68.0%	66.9%	66.6%	66.2%	66.3%	66.4%	66.9%	66.7%	66.8%	67.4%	67.7%	67.4%
34 山口県	71.1%	73.0%	73.2%	69.9%	70.9%	71.0%	69.1%	71.0%	72.0%	73.2%	73.6%	74.1%
35 徳島県	57.8%	57.9%	55.6%	56.2%	55.2%	56.6%	56.8%	57.8%	60.2%	60.0%	59.2%	63.3%
36 香川県	68.5%	70.7%	68.7%	70.7%	70.3%	68.2%	70.1%	70.1%	67.3%	71.2%	69.1%	70.8%
37 愛媛県	69.6%	69.2%	69.7%	66.5%	68.5%	69.0%	70.2%	67.5%	72.3%	69.3%	70.4%	73.2%
38 高知県	64.6%	62.2%	64.3%	61.9%	64.9%	62.2%	65.3%	64.3%	66.4%	63.6%	63.8%	66.4%
39 福岡県	72.4%	71.2%	70.4%	71.5%	72.2%	72.0%	69.9%	72.6%	73.2%	70.3%	71.4%	72.7%
40 佐賀県	70.6%	70.1%	69.9%	70.8%	70.3%	69.8%	69.3%	71.8%	71.1%	72.0%	72.8%	73.8%
41 長崎県	69.1%	69.2%	69.2%	68.9%	70.0%	70.8%	70.6%	71.4%	70.1%	71.9%	72.1%	73.3%
42 熊本県	76.1%	75.0%	76.0%	74.0%	74.8%	74.6%	74.6%	74.8%	75.3%	75.7%	76.3%	77.2%
43 大分県	69.3%	67.5%	68.4%	66.8%	67.5%	66.9%	68.5%	67.9%	70.1%	67.8%	68.8%	70.9%
44 宮崎県	73.9%	74.3%	74.1%	74.5%	74.5%	72.9%	72.9%	72.0%	74.6%	74.3%	72.9%	76.0%
45 鹿児島県	76.9%	77.7%	77.0%	76.8%	75.7%	77.6%	78.3%	76.7%	78.4%	77.9%	78.0%	79.8%
46 沖縄県	80.3%	81.1%	80.8%	81.7%	80.9%	80.6%	81.3%	81.1%	80.7%	80.8%	81.2%	81.1%
47 本部	71.0%	75.7%	61.7%	75.7%	69.1%	61.6%	74.2%	70.2%	70.4%	69.2%	65.5%	74.6%
合 計	69.9%	70.0%	69.4%	69.5%	69.6%	69.6%	69.9%	70.2%	70.9%	70.1%	70.7%	71.9%

# 地共済年金情報webサイトの登録はお済みですか？

「地共済年金情報webサイト」は、組合員や組合員であった方々に年金制度へのご理解を深め、ご自身の将来の年金について意識していただくことを目的としてお知らせしているものです。

## webサイトでわかるあなたの年金

計算式付き

### ★ 明らかな！ 自分の年金見込額がわかる！

現在の給料で60歳までお勤めする場合の見込額や現時点での見込額がわかります！

### ★ 振り返れる！ 加入状況・保険料納付済金額がわかる！

保険料納付済額については直近1年間のみの表示となります。

### ★ 365日・24時間いつでも閲覧できる！

スマートフォンでも確認可能！ いつでもどこでもチェックできます。

H27.10月から創設

その他 ● 標準報酬月額

● 標準賞与額

● 年金払い退職給付の給付算定基礎額残高もわかります。

※ 民間にお勤めされていた厚生年金・国民年金の加入状況、年金見込額等は、日本年金機構の「ねんきんネット」で確認できます。

## 申込方法

申込前に準備するもの

**基礎年金番号**

(年金手帳等に記されています)

免許証コピー  
印鑑  
必要なし!!



地共済年金情報Webサイト

検索

<https://www.chikyosai-nenkin-web.jp>

**ホームページで必要事項を入力するだけ!**

パスワードは  
忘れないように  
控えておいてください

登録から2週間程度で閲覧に必要なIDを登録住所に送付致します。

詳細につきましては、各支部の年金担当者にお問い合わせください。

# 地方共済クリニック

## アスリートも注目 ヨガの効果！

女性の趣味や健康のためというイメージが強かったヨガですが、最近、プロスポーツ選手やアスリートたちもトレーニングに取り入れていると話題になっています。

### ヨガを行う前に

- 必ずウォーミングアップ（柔軟体操など）を行いましょう。
- リラックスできる服装で行いましょう。
- 弾みや反動はつけず、無理なポーズを取らないようにしましょう。
- 呼吸を忘れずに行いましょう。
- できれば鏡などでポーズを確認しましょう。
- 水分補給は必ず行いましょう。
- ポーズ後のリラックスタイムも大切です。

### 最初は深呼吸するだけでもOK

- ①あぐらで座り、背筋を伸ばし、お腹に手をおく。
  - ②腹式呼吸で、お腹を膨らませながら鼻から吸って、へこませながら鼻から吐く。
  - ③3～4回繰り返したら、自然な呼吸に戻す。
- ※あぐらが難しい場合や背筋が伸びにくい場合は、お尻の下にブランケットなどを敷いたり正座でもOK。



プロスポーツで活躍している多くの選手がヨガを取り入れているという話を最近よく聞きます。スポーツ選手がヨガを取り入れている理由としては、体の柔軟性や関節可動域が向上する可能性が高くなることはもちろん、自律神経が整い、ストレスから解放されるからだといわれています。常に興奮状態にある練習や試合の身体状況から抜け出すことを目的に、アスリートたちがオフシーズンにヨガを取り入れることが多く、メンタルコントロールという部分も求めてヨガを行うスポーツ選手が多いようです。

ヨガで、カラダが動きやすくなったり、姿勢が改善したり、ストレス解消になったりすることは一般の人と同じです。ここでは、初心者でも安全に行える難易度低めのポーズをご紹介します。

毎日1ポーズでもよいので、ヨガを続けることで日々のパフォーマンスをアップさせましょう。

- 体に痛みがあるときは、やめましょう。
- 無理のない範囲内で行ってください。
- バランスのとりにくいポーズは、ベッド上などで行うのはやめましょう。

### 緊張をほぐすポーズ



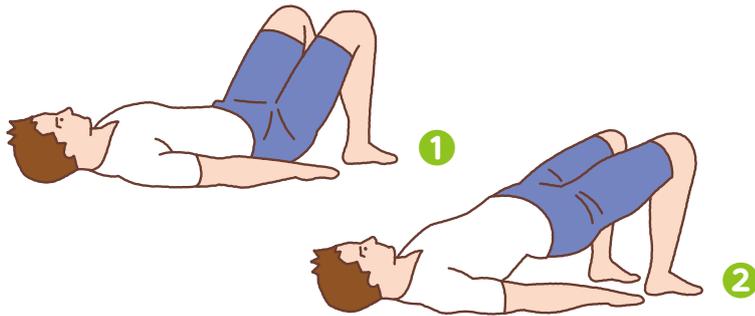
- ①四つん這いになる。手は肩の真下、膝は腰の真下に置く。手は肩幅、膝は腰幅に広げる。
- ②吸う息で背中をそる。
- ③吐く息で背中を丸めて目線はおへそに。
- ④これを3～4回繰り返す。

### 疲労回復するポーズ



- ①四つん這いで膝は腰の真下、手は肩よりやや前に置く。手のひらはしっかり広げ、つま先を立てる。
- ②両膝を床から離し、お尻を上へ引き上げ目線はおへそに。手、足、お尻で三角形をつくる。心地よく腰を伸ばしながら3～4回ゆっくり呼吸したら、四つん這いに戻る。

## 血流をよくするポーズ

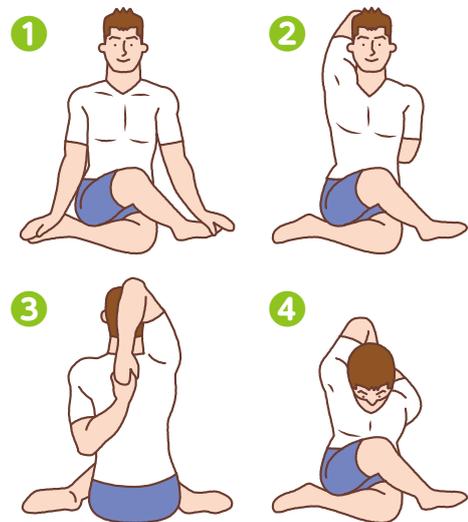


- ① 仰向けから膝を立て腰幅に広げる。膝下にかかとがくるように。つま先は真っ直ぐ、手のひらは下向きで体に近づける。
- ② 両手で床を押し、お尻を床から持ち上げる。この姿勢で3～4回呼吸し、息を吐いてお尻を下ろす。  
※首の安全を保つために、顔は横に向けず真上に向けたままに。

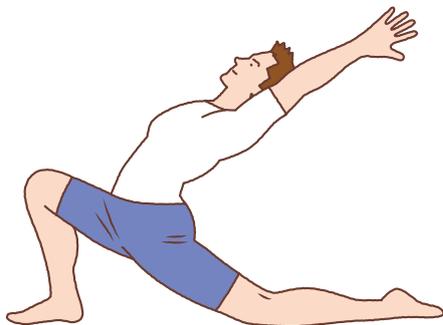
## アスリート目指して少し難易度アップのポーズ

### 肩こり改善、お尻の柔軟性、腕・足・ヒップの引き締めるポーズ

- ① 両ヒザがカラダの前で重なるようにします。
- ② 上になったヒザと同じ側のヒジを頭の上から後ろに通します。(イラストは、右ヒザと右手が上にきています) 反対のヒジは下から回します。
- ③ 背筋は常にスッと伸ばし呼吸がつかえないようにしてください。手が組めなければ添えるだけでもOKです。
- ④ できる方は、少し前屈をしてみてください。  
※常に背中に意識を置くことがポイントです。



### 股関節の柔軟性を引き出すポーズ



片足を前に、片足を後ろに伸ばして足の甲を床につけます。そこから両腕を上伸ばしながら後ろに反ります。  
※後ろ足の股関節を床に近づけること、お尻を締めアゴをできるだけ引くことがポイントです。

### 心と呼吸を落ち着かせるポーズ



最後に、このポーズを5分程度とります。楽な体勢で仰向けに寝ます。手のひらは上向き、足幅は自分がラクな位置をとって、目は閉じます。

### 全身のコンビネーション

12個のポーズを一連の流れでテンポよく20秒あまりで行います。少々難しいので、ご参考までに。





### 盛岡さくらまつり

盛岡城跡公園と高松公園にて開催。国の指定天然記念物「石割桜」、「龍谷寺のモリオカシダレ」と日本のさくら名所100選の「高松公園のサクラ」も見頃です。【期間】4月14日(土)～5月5日(土・祝)



(写真：盛岡さんさ踊り)

### 2018 東北絆まつり盛岡

東北一丸となって東日本震災からの更なる復興と東北の元気を国内外にアピールするイベントが今年は盛岡に集結。

【期間】6月2日(土)・6月3日(日)  
HP <http://tohoku-kizunamaturi.jp/>



### 無形民俗文化財

#### チャグチャグ馬コ(うまっこ)

岩手県滝沢市と盛岡市において毎年6月の第2土曜日に開催される祭り。1978年に選択無形民俗文化財に選択され、馬の衣装から聞こえる鈴の音は1996年に環境省の「残したい日本の音風景100選」に選出された。

【期間】6月9日(土)  
HP <http://www.city.takizawa.iwate.jp/01chag>



### 盛岡手づくり村

「見て、触れて、創る」をコンセプトの盛岡伝統技術体験施設。実際に職人の手ほどきを受けて自分でも「ものづくり体験」ができます。

### 材木町市

盛岡人情市場。新鮮な野菜・果物など格安で販売され、商店街は、100店舗以上の露店で賑わいます。



岩手観光ポータルサイト ▶ <http://www.iwateabi.jp/> 岩手県内の観光コースや、イベント情報など盛りだくさんのサイト。



# エスポワールいわて

ビジネスにトラベルに 盛岡の活動拠点として

〒020-0021

盛岡市中央通 1-1-38 (岩手県警察本部斜め向い)

TEL/FAX 019-623-6251

<http://espoir-iwate.com> お得な宿泊プラン内容や空室情報、各種ご利用案内などをご案内しております。

### アクセス

○電車をご利用の場合

JR盛岡駅より徒歩20分 JR盛岡駅東口より、タクシーで7分

○お車をご利用の場合

東北自動車道・盛岡ICより JR盛岡駅・県庁方面へ車で15分

○バスをご利用の場合

JR盛岡駅前バス乗り場より、岩手県交通バス-盛岡バスセンター行き10分「中央通一丁目」下車徒歩5分

盛岡都心循環バス<右回り線「中央通一丁目」下車徒歩5分/左回り線「盛岡城跡公園前」下車徒歩3分>



## ◆◆エスポワールいわて お得な宿泊プラン◆◆

### 平日限定プラン

1名様 シングルルーム

朝食付き

6,000円 (税・サ込)



月～木曜の平日シングルルーム限定となります。詳しくは施設へお問い合わせください。

### 日曜限定プラン

1名様 シングルルーム

朝食付き

4,900円 (税・サ込)



日曜日(祝前日除く)シングルルーム限定となります。詳しくは施設へお問い合わせください。



福島市民家園

<http://minka-en.com/index.html>

「園内には江戸時代中期から明治時代中期にかけての県北地方の民家を中心に、芝居小屋、宿店、料亭、板倉、会津地方の民家等が移築復原されています。また、民家園内には生活・生産用具を展示、年中行事の再現や、民具製作の実演などの伝承活動もしています。



四季の里

<http://www.f-shikinotosato.com/>

豊かな自然景観に恵まれ、広々とした空間の中で、四季折々の景観や伝統工芸、農産物がたのしめる公園施設です。広々とした園内では一面の緑と吾妻山をバックに澄み切った空を満喫でき、花壇には季節の花が咲きそろっています。



花見山公園

<http://www.hanamiyamakoen.jp/>

杉妻会館よりほど近い、花の観光名所「花見山公園」。4月にはソメイヨシノやヤエザクラなどの色とりどりの花が見頃をむかえます。山頂からは周辺の美しい花木畑の風景や福島市街地、吾妻連峰を望むことができます。福島市が全国に誇る名所になっていますので、ぜひ足を運んでみてください。



福島の円餃子

<http://www.city.fukushima.fukushima.jp/soshiki/97/gyouza.html>



戦後、満州から引き上げてきた人々が試行錯誤を繰り返して作り上げた「ふくしま餃子」。その中でも、フライパン一枚で焼くことで円盤型になった「円盤餃子」が話題です。「ふくしま餃子」は、会社帰りのサラリーマンが食べってきたという歴史があるため、営業時間が夕方からというお店が多いのも特徴です。福島市内に餃子の名店が多数あるので、お目当てのお店の営業時間をご確認されることをおすすめします。

福島市観光案内 ▶ <http://yamagatakanko.com/>

## 杉妻会館

市内随一の庭園が  
四季折々の表情を見せてくれます

〒460-0002  
福島県福島市杉妻町3-45  
TEL 024-523-5161 FAX 024-524-2451  
<http://www.sugitsuma-kaikan.com>

### アクセス

- 電車をご利用の場合  
JR福島駅から徒歩10分  
県庁から徒歩5分
- バスをご利用の場合  
名市内循環バス「大町」下車 徒歩5分
- お車をご利用の場合  
東北自動車道「福島西IC」から車で約10分



### ◆◆杉妻会館 宿泊パックプラン◆◆

2名様1部屋ご利用で夕食・朝食付き1名様

1名様 **5,800円** (税・サ込)

●夕食は3種類よりお選びいただけます。



※料理は、季節・日により内容は異なります。



レストラン「リビエール」

当館のメイン・レストランは、1Fの南側にスペースを設けているため、広々とした庭園を眺めながらのお食事ができます。

### 居酒屋「波平」

地下1F「波平」では心あたたまる郷土料理・地酒を用意いたしております。ランチタイムには麺（そば・うどん）コーナーの営業もしています。





ラグーナテンボス

<http://www.lagunatenbosch.co.jp>

「映画ドラえもん のび太の宝島」全国公開記念イベントをゴールデンウィークの5月6日まで実施中です。  
お子様と一緒に、楽しい1日をお過ごしください。



竹島水族館

<http://www.city.gamagori.lg.jp/site/takesui/>

最近話題の水族館で平成30年1月1日からリニューアルオープンしました。規模は小さいですが、アットホームなほっとする施設です。一度、足を運んでみてはいかがでしょうか。

蒲郡市観光協会ホームページ▶ <http://www.gamagori.jp>



日頃は、サンヒルズ三河湾をご愛顧賜りありがとうございます。  
当館は、おかげさまで、平成30年11月に開設30周年を迎えます。  
当館では、これまでの間に、多くの皆様にご利用頂きました事に感謝し、季節毎に、特別宿泊プランを御提供させていただきます。  
是非、この機会にご利用をお待ち申し上げます。

◆◆ サンヒルズ三河湾 開設30周年記念 ◆◆  
夏の彩り 宿泊プラン

販売期間 平成30年5月7日～7月6日

普通室 1泊2食付 1室3名様以上

平日料金 お一人様 **11,500円**

(税・サ込、入湯税別)

※土曜日は、お一人様1,200円の加算とさせていただきます。



愛知・三河の食材を使用した特別会席をご賞味ください。



サンヒルズ三河湾

30th Anniversary of the Birth of SUNHILLS MIKAWAWAN

〒443-0021

愛知県蒲郡市三谷町南山1-76

TEL 0533-68-4696 FAX 0533-68-4697

<http://www.sunhills-m.com>



アクセス

○電車をご利用の場合

JR豊橋駅より約14分

又は JR名古屋駅より約39分、

「三河三谷駅」下車、タクシーで約7分

○お車をご利用の場合

東名高速道路音羽蒲郡ICより約20分

※三河三谷駅よりマイクロバスによる無料送迎を行っています。(予約制)

◆◆サンヒルズ三河湾 おすすめ宿泊プラン◆◆

日～金曜日限定 特別価格

くつろぎ 宿泊プラン

販売期間 平成30年4月8日～27日

5月6日～31日

普通室 1泊2食付 1室3名様以上

平日料金 お一人様 **9,500円**

(税・サ込、入湯税別)



温泉展望風呂 (大理石)



温泉展望風呂 (檜)



温泉展望風呂 (大正)

※掲載の宿泊プランは、

- 特別室・特別洋室・特別室DXを追加料金でご利用頂けます。
- 1部屋2名様でご利用の場合は、お一人様500円の加算となります。
- シルバープランは、宿泊当日に年齢の確認できるものをご提示ください。

日～金曜日限定

65歳以上限定 シルバー 宿泊プラン

販売期間 平成30年4月8日～27日

5月6日～31日

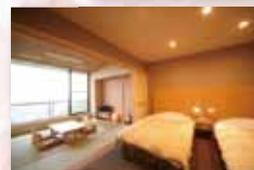
普通室 1泊2食付 1室3名様以上

平日料金 お一人様 **7,900円**

(税・サ込、入湯税別)



温泉展望風呂 (陶器)



特別室DX

愛知県後期高齢者医療制度 協定保養所利用助成事業

愛知県後期高齢者医療の保険証をお持ちの方は 宿泊代から1,000円を割引致します。 宿泊当日に保険証をお持ち下さい。

★今後のイベント開催予定

- 開設30周年記念特別宿泊プラン (愛知・三河の食材を使用した料理でおもてなし) 平成30年9月3日～11月30日/平成31年2月1日～3月31日
- 夏休みのお得な宿泊プラン 平成30年7月21日～8月31日
- 冬のあったか鍋プラン 平成30年12月1日～平成31年2月28日 など

詳しくは施設へお問い合わせください。

◆◆鯉城会館 おすすめ春のイベント◆◆

\* 桃花祭

【期間】4月15日(日)

世界文化遺産「厳島神社」にて4月15日には舞楽が16日から18日は神能の奉納があります。

宮島観光協会

▶ <http://www.miyajima.or.jp/event/event02.html>



\* 2018 ひろしまフラワーフェスティバル

【期間】5月3日(木)～5日(土)

鯉城会館から徒歩5分の平和大通りで彩り豊かな花が主役の「ひろしまフラワーフェスティバル」暖かい陽気に誘われて足を運んでみませんか。

▶ <http://www.hiroshima-ff.com/>



(写真提供：広島県)

春の宮島空撮風景

厳島神社は海を敷地とした大胆で独創的な配置構成、平安時代の寝殿造りの粋を極めた建築美で知られる日本屈指の名社です。廻廊で結ばれた朱塗りの社殿は、潮が満ちてくるとあたかも海に浮かんでいるよう。背後の弥山の緑や海の青とのコントラストはまるで竜宮城を思わせる美しさです。



(写真提供：広島県)

原爆ドームと平和記念公園  
(鯉城会館から徒歩3分)

リパークルーズ

(元安川船着き場 鯉城会館から徒歩3分)  
少しほっこりする春の旅には、リパークルーズの水上お散歩はいかがでしょう。当会館から徒歩3分の船着き場から宮島へ向かう航路もあるので一気に足を伸ばしたい方にも便利です。



(写真提供：広島県)

# 鯉城会館

広島市の中心地 ビジネスや観光に最適です

〒730-0051

広島県広島市中区大手町1-5-3

TEL 082-245-2322 FAX 082-245-2315

<http://www.rijyo-kaikan.jp>

アクセス

- 電車をご利用の場合  
JR広島駅より広島電鉄電車で約15分、  
「紙屋町西」下車 徒歩約2分
- 飛行機をご利用の場合  
広島空港よりリムジンバスで約60分、  
「広島バスセンター」下車 徒歩約3分
- お車をご利用の場合  
山陰自動車道広島ICより約30分



◆◆鯉城会館 おすすめ宿泊プラン◆◆

世界遺産の原爆ドーム・平和記念公園まで徒歩3分。広島市の中心地に位置しており観光やビジネスの拠点としてご利用いただけます。皆様のお越しを心よりお待ちしております。

【宿泊料(組合員料金・素泊り)】(税・サービス料込)

シングル	4,500円～
ツイン	8,300円～
トリプル	11,500円～



シングルルーム



ツインルーム

「広島神楽」定期公演  
街と週のと真ん中、  
神楽を楽しむ水曜の夜。

【期間】4月4日(水)～12月26日(水)

●〈全席自由〉入場料1,000円

●当日ご宿泊の方は100円割引!!

鯉城会館があります広島県民文化センターでは、広島県内の各地域で神事として継承され、豪華絢爛な衣装と奏楽で、大人も子供も気軽に楽しめる娯楽としても盛んに行われている「広島神楽」を4月～12月までの間、毎週水曜日に上演しています。ご宿泊の祭には是非ご覧になってください。



「八岐大蛇」宮乃木神楽団

▶ 広島県民文化センター

<http://www.rccbc.co.jp/event/kagura/>

郷土のお菓子

広島県銘菓

もみじ饅頭



広島県のお土産として有名なもみじ饅頭は、県花・県木のもみじを形どったお饅頭です。ふっくら焼き上げたカステラ生地は甘みを抑え、あっさりとした素朴な味わいです。

古くより日本三景の一つとして全国から参拝者を集めている宮島には、もみじ饅頭の有名な老舗が数多くあります。焼きたてのもみじ饅頭が食べられるお店や、もみじ饅頭をご自分で焼いて食べられる手焼き体験ができるお店があります。

もみじ饅頭の歴史は、今から100年程前の明治40年頃から、当時の旅館の茶菓子としたのが始まりといわれています。現在は、宮島内外にたくさんの製造業者があり、もみじ饅頭のあんは、昔は、こしあん1種だったものが、今では、クリーム、チョコレート、チーズなど100種類とも200種類ともいわれるほど、豊かなバリエーションになっています。

事実かどうか定かではありませんが、もみじ饅頭の紹介の一節に、宮島に伊藤博文公が訪れた際に、紅葉谷公園の岩惣で、茶屋の娘の手をとり、「紅葉のようにかわいい手、焼いて食べたなら美味しかろう」と冗談をおっしゃられたのをヒントに、もみじ饅頭が作られたという話があります。

図書館

加納大尉夫人  
オンバコのトク

佐藤愛子 著



めるくまーる  
ISBN978-4-8397-0174-1 C0093  
定価：本体1,200円+税

「加納大尉夫人」は、日米戦争が始まる直前から終戦までの間、海軍大尉と婚約、結婚した関西の裕福な令嬢が夫との暮らしとその戦死、新しい命の誕生に直面して、喜びと悲しみに翻弄される5年間を描く。

「オンバコのトク」は、北海道の片田舎に生まれた一人の男の物語。野の繁みに生まれたその男トクは知的な能力に劣りながら、不満や怒りを知らず、与えられた生を誠実かつ強かに生きていた。功利や損得に迷わされることなく、天与の性に従って自由自在に生きる人間のプリミティブな活力と悲哀を簡潔で力強い文体で描く。

「六十年の間、人生の浮沈に従って書いて来たもの（中略）の中に二篇だけ、これだけはいい、と思えるものがあった（はじめに）より」と著者が自負する二作を敢えて現代の読者に問う！

表紙の写真

熊本県  
熊本

肥後民芸

彦一こま



©2010 熊本県くまモン#K21811

彦一こま  
熊本県八代郡氷川町宮原 955 の 1

飾っても可愛い、分解してコマになって遊べるようになってくるユニークで野趣豊かな郷土玩具です。木肌が細やかで削りやすい桜の木を使い、ロクロ機を使いながら形を造り上げていきます。昭和25年ごろ、井芹勉氏によって創作され、現在は井芹真彦氏が創作を行っています。

九州の民話『彦一とんち話』に登場するタヌキがモデルの代表作「彦一こま」は、昭和54年に熊本県伝統工芸品に指定。他にも「おてもやん」や氷川町の伝説をモチーフにした「ハッタンカメ」、「くまモン」などのシリーズがあります。「くまモンのこま」は、耳・頭・胴・足と、それぞれのこまがともよく回りますが、一個だけ他のこまと違った回り方をするしかけがされています。



## 病気休職中にもらえる給付金がありますか？



私は、職務外で病気にかかり、その病気の療養のため病気休暇を取得しており、5月から病気休職となるため報酬が減額されます。共済組合の短期給付で、傷病手当金という給付金があると聞きましたが、どのようなものでしょうか。



傷病手当金の概要については、次のとおりです。

### 1 支給要件

組合員(※1)が、公務によらない病気や負傷により、療養のため引き続き勤務に服することができない場合(※2)において、報酬の全部又は一部が支給されないときは、「傷病手当金」が支給されます。

- ※1 任意継続組合員の方が、任意継続組合員となられた後に生じた病気や負傷は対象とはなりません。
- ※2 療養のため引き続き勤務に服することができない状態の認定には、医師の証明が必要です。

### 2 支給期間

(1) 病気や負傷により、勤務をすることができなくなった日以後3日の待期間を経過した日(4日目)から最長で1年6月間(結核性の病気については、3年間)支給されます。

なお、傷病手当金の額を上回る額の報酬の支給を受けている場合には、傷病手当金は支給されませんので、実際には、傷病手当金の支給が始まった日から最長で1年6月間(結核性の病気については、3年間)支給されます。

(2) 療養のために休んでいる途中で出勤し、再び同じ傷病で療養するために休んだ場合には、出勤した期間は支給期間に含めず、前後の期間を通算して1年6月間(結核性の病気については、3年間)になるまで傷病手当金が支給されます。

### 3 資格喪失後の給付

1年以上組合員であった方が退職した際(任意継続組合員となった場合も含みます。)に傷病手当金の支給を受けていた場合(受けられる状態にあった場合も含む。)には、退職しなかったとしたならば受けることができる期間、継続して傷病手当金が支給されます。

ただし、その期間内に、国の組合の組合員、私学共済制度の加入者、健康保険の被保険者及び船員保険の被保険者となった場合、自家営業を行う場合、事業所

に雇用される場合、医師により労働能力があると認められ勤務できる状態にありながら適当な職がないために勤務しない場合は、その日以降の支給は行われません。

### 4 支給額

勤務できない期間1日につき、以下の計算方法により傷病手当金が支給されます。

標準報酬の日額(傷病手当金の支給を始める日の属する月以前の直近の継続した12月間の各月の標準報酬月額)の平均額  $\times 1 / 22) \times 2 / 3$

### 5 報酬等が支給される場合の支給額の調整

傷病手当金の支給期間中に報酬の全部又は一部の支給を受けるとき、または、同じ傷病について障害厚生年金等(※3)(同じ傷病で支給される障害基礎年金を含みます。)の支給を受けるときは、傷病手当金の支給額が調整されます。

- ※3 障害厚生年金等とは障害厚生年金、障害共済年金、障害手当金、障害一時金、退職老齢年金給付をいいます。

### 6 傷病手当金附加金の支給

(資格喪失後の給付はありません)

傷病手当金の支給期間経過後、引き続き、傷病手当金の支給期間と同じ傷病により勤務することができない場合には、附加給付として、傷病手当金の支給が終了した日の翌日から最長で6月間、傷病手当金附加金が支給されます。支給額については、傷病手当金と同じです。

以上、簡単に説明しましたが、ご自身の状況と照らし合わせてご確認ください。

なお、傷病手当金及び傷病手当金附加金を受けるためには共済組合に対して請求手続が必要ですので、詳細につきましては各支部担当者にご確認ください。

ひ ろ ば



**散歩道**  
いつもの散歩道、春の楽しみです。  
(東京都／＼さん)



**もうすぐ1歳**  
少しまぶしそうです。  
(埼玉県／はるゆたかさん)



## 投稿のご案内

「地方共済」では、より身近な広報誌にするために、皆様からのお便り、作品を募集しています。お気軽に、ふるってご投稿ください！

### ○お便りをお待ちしています！

お国自慢、旅の思い出、わが家のペット、趣味のお話し（作品）などなど、文章は500字以内にまとめてください。イラスト・写真をつけたい場合は、サービスサイズ（L判）程度のもを添付してください。

### ○写真・絵画・イラストも大募集！

ご自慢の作品を「地方共済」でご紹介します。  
・文章作品（詩・俳句・川柳など）は、200字以内にまとめてください。  
・イラスト・写真などは、サービスサイズ（L判）程度のもを添付してください。作品に解説をつける場合は、100文字以内にまとめてください。

①住所、②氏名、③所属名、④電話番号を必ず記入の上、下記宛先にお送りください。ペンネームをご希望の場合は、その旨を記入してください。



### 送り先

〒102-8601  
東京都千代田区平河町2-4-9  
地共済センタービル  
地方職員共済組合「地方共済」作品募集係 宛

※原則として作品等はお返ししません。  
※文章による原稿は添削することがあります。  
※人物をモデルとした作品、個人情報明らかとなる作品は、必ず被写体等の承諾を得た上でご応募ください。  
※本誌への掲載によるトラブルについては、当方では責任を負いませんのでご了承ください。

本  
部  
だ  
よ  
り  
(本部主催会議の状況)

### ■事務長会議

開催日 平成30年1月31日（水）  
会 場 東京都 ホテル ルポール麹町（麹町会館）

### ■第221回運営審議会

開催日 平成30年3月22日（木）  
会 場 東京都 ホテル ルポール麹町（麹町会館）

### 編集後記

すっかり暖かい春らしい季節になりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。新年度になり、読者の皆様の中にも異動や引越しなどで新しい生活を迎えている方もいらっしゃると思いますが、体調にはくれぐれもお気をつけください。(Y.M)